Asociatia “HandHope”
Str. Baltaretu nr. 565
147240 - loc. Peretu
jud. Teleorman

Gândește-te la ceea ce ai,
nu la ceea ce ai pierdut”

ÎMPREUNĂ

revistă specială de informare și inspirație
pentru oameni speciali
Mai - Iunie 2020
Se distribuie gratuit
Nr. 207 - 208

„Vegheați dar,
pentru că nu știți
în ce zi va veni
Domnul vostru.”
(Matei 24: 42)

Editorial

Eram fericiți și nu știam?

Lecții despre fericire
de la un profesor nevăzut

de *Genia Ruscu*

Când lucrurile se strică în viață, nostalgia devine ispita care ne consolează. Începem să privim cu alți ochi trecutul. Ne gândim că am fost prea exigenți cu noi înșine, cu ceilalți, cu lumea. Că aveam de toate și voiam totuși mai mult. Că eram într-o permanentă căutare de altceva, fără să ținem cont de esență.

Când lucrurile se schimbă în rău, realizăm cât de mult ne lipsesc rutina, familiarul, obișnuința. Realizăm că trăim un clișeu și că abia acum, după ce am pierdut starea de normalitate, îi înțelegem adevărata valoare.

continuare în pag. 2

DIN CUPRINS:

Bogdan Anicescu - Tânărul care traduce... - pag. 3
Ce spune Biblia despre bolile contagioase - pag. 4
„Unde se termină ce poate face omul... - pag. 6
E bine să știm - pag. 7
Un mod de viață: As. „Ridică-te și umblă” - pag. 9
Litere de lege - pag.15
Prizonier în corpul sau (II) - pag.16
Indiferent ce spun alții - pag.18

continuare din pag. 1

Eram fericiți și nu știam?

În mijlocul pandemiei, descriem trecutul ca pe o oază de liniște. „Eram fericiți și nu știam" e sintagma care a cucerit recent internetul, dovedind că oamenii privesc cu nostalgie trecutul. Același trecut care, înainte de COVID-19, era poate unul blamat sau nesatisfăcător. Iată cum vremurile de restriște ne aruncă de pe ochi vălul! Sau, cel puțin, așa ne lasă impresia.

Dacă mâine ne-am relua ca prin minune viața de dinainte, am fi capabili să exersăm faptic înțelepciunea dobândită în perioada de criză? Să ne bucurăm de lucrurile mărunte, de un trai simplu, de oamenii din jur? Sau suntem fericiți numai retrospectiv?

Formula fericirii

Istoria a consacrat numeroase formule ale fericirii, legate de țeluri majore precum cultivarea virtuților, obținerea plăcerii, comuniunea cu natura, căutarea spiritualității etc. În zilele noastre, fiecare își urmează țelul propriu și își setează individual prioritățile în ecuația fericirii. Nu între patru pereți solitari sau într-o bulă ruptă de realitate, ci în mijlocul unei societăți care mizează pe abundență și consum. O societate care asigură confortul de bază, dar ne îndeamnă mereu la mai mult: carieră, posesiuni materiale, dezvoltare personală, iubire și bani, toate țintesc superlativul.

Un lucru e cert, fericirea nu se rezumă la satisfacerea nevoilor elementare. Totuși, unde trebuie să ajungem pentru a ne simți cu adevărat împliniți? Să fie chiar cerul ultima frontieră, și nu în sens spiritual?

Indiferent de răspuns, astăzi trebuie să ne mulțumim cu puțin

Privările stării de urgență au eliminat surplusul și ne-au injectat o doză consistentă de luciditate: câte dintre obiectivele anterioare sunt indispensabile pentru fericire?

Din poziția actuală, am spune că nu foarte multe. Astăzi, ne-am simți recunoscători să nu mai auzim vești triste la televizor. Să ieșim în preajma locuinței pentru o rază de soare. Să ne bucurăm de familie, sănătate și un loc de muncă.

Astăzi, evaluăm diferit starea de bine prezentă și pe cea ipotetică. Așteptăm revenirea la normalitate cu gândul că o vom aprecia pe deplin. Acum, când ne motivăm ieșirile din casă cu o declarație pe proprie răspundere, am înțeles că nimic nu se dă din oficiu.

Revelații despre fericire

Dincolo de activarea instinctului de supraviețuire, criza a adus cu sine și câteva revelații.

1. Fericirea nu e doar subiectivă, e și conjuncturală, iar noi avem puterea de a împiedica împrejurările să decidă în locul nostru. Genele sunt responsabile de aproximativ 50% din ceea ce reprezintă fericirea personală. Împrejurările contează în proporție de 10%. Restul se află în propriile mâini. Cu alte cuvinte, să fim fericiți ne este mai la îndemână (la propriu) decât am putea crede și spera, independent de context și de bagajul genetic.

2. Fiecare are dreptul să-și proiecteze, după bunul plac, fericirea și bazele ei. Dar la ce folosește vânătoarea de recompense, goana perpetuă după stimuli noi ai sentimentului de împlinire? Consumerismul creează false nevoi, ne convinge că tabloul este mereu incomplet. Magazinele fizice și virtuale sunt pline de ceea ce ni se spune că ducem lipsă – de la haine, pantofi, accesorii, case, mașini până la cursuri motivaționale, suflete-pereche și experiențe de vis. De aici, și frustrările, comparația cu ceilalți, expunerea la niște standarde imposibile. Situația de criză a resetat însă valorile: Măsoară fericirea cu ceea ce ai, nu cu ceea ce îți lipsește. (Michael Josephson)

3. Oamenii contează mai mult. Niciodată în istorie nu i s-a permis omului să viseze așa cum îi este permis în contemporaneitate. Cu puțină voință și ajutor din exterior, avem convingerea că și cei defavorizați își pot depăși condiția. Societățile dezvoltate furnizează resurse în toate domeniile și ne promit că ajungem bogați dacă ne străduim suficient. De aceea, de multe ori, am ales să sacrificăm alte lucruri în schimbul obținerii avantajelor materiale, iar relațiile interumane au avut cel mai mult de suferit. Răsturnarea de situație cauzată de pandemie ne-a reamintit cât de importanți sunt oamenii. Nu e de mirare că asociem distanțarea socială cu ceva nefiresc. Detestăm să fim singuri, să nu primim vizite, să ocolim trecătorii pe stradă, să păstrăm distanța în autobuz. Ne e greu să trăim în lipsa comuniunii directe cu ceilalți, în ciuda platformelor de interacțiune virtuală avute la dispoziție. Știința

continuare în pag. 12

SPONSOR: A.S.I. ROMANIA
CONTACT: Str. Mureşului, nr. 1, loc. Nazna, jud. Mureş, cod 547526 tel. 0265-320548;
www.asiromania.ro

Asociaţia "HandHope"
Burcea Aurel, str. Bălţăreţu nr. 565, loc. Peretu, jud. Teleorman, cod 147240,
Tel. 0765-365533 e-mail: aurelsda@yahoo.com
C.I.F. 14877902
Cod IBAN: RO80RNCB0245036735870001 B.C.R. Alexandria
ISSN 2360 - 6061 ISSN-L 2360 - 6061

Tipărită la Tipografia „Gîgîlice", tel. 0247-313041 și 0748-137997

Bogdan Anicescu

Tânărul care traduce, prin limbaj mimico-gestual, mesajele de la MAI, privind pandemia de coronavirus

de Lavinia Elena Niculicea

În plină pandemie, când noul coronavirus se răspândește cu repeziciune, există și lucruri bune care sunt contagioase, precum empatia, dorința de a face bine și iubirea față de semeni. Aceste trăsături le regăsim la Bogdan Anicescu, un tânăr de 31 de ani, care este impulsionat de dorința de a-i ajuta pe cei mai vulnerabili.

Pe parcursul conferințelor de la MAI, care se desfășoară în aceste zile pe posturile de televiziune, pe lângă oamenii statului apare și Bogdan, care le oferă posibilitatea persoanelor cu deficiențe de auz, să poată afla cele mai recente informații și măsuri de prevenire a noului COVID-19.

Bogdan Anicescu este absolvent la Psihopedagogie Specială, dar și interpret în limbaj mimico-gestual în cadrul Asociației Naționale a Surzilor din România. De asemenea, el este manager al proiectului „Voci pentru Mâini: Interpretare Video la Distanță" și interpret al Știrilor Kanal D.

Este un om modest, plin de pasiune și de energie Aceste calități l-au adus în atenția celor de la Ministerul de interne, care au rămas impresionați de angajamentul și dorința lui de a contribui, alături de toți ceilalți, pentru limitarea îmbolnăvirilor. Potrivit MAI, Bogdan a fost ales să traducă, prin limbaj mimico-gestual, mesajele pentru persoanele cu dificultăți de auz în cadrul conferințelor, din patriotism.

„El este Bogdan. Un român care și-a asumat să ne ajute dintr-un motiv pe care poate încă nu și l-a căutat, dar pe care noi i l-am găsit: din patriotism. Mulțumim, Bogdan!", au declarat cei de la MAI pe pagina sa de Facebook.

Multe mesaje de apreciere și de mulțumire s-au strâns la postarea adresată tânărului.

„Am rămas foarte plăcut surprins de această postare a Ministerului Afacerilor Interne. Sunt recunoscător pentru deschiderea arătată nouă. Apreciez că solicitarea Asociației Naționale a Surzilor din România a avut un ecou și că se atrage atenția și pe această cale asupra existenței unei minorități cultural-lingvistice care, asemenea tuturor celorlalte, nu trebuie și nu poate fi neglijată nici în aceste momente de criză, nici în general.

Am fost și suntem o echipă, indiferent de persoana căreia îi revine sarcina de a interpreta în mod direct, fără ocazia de a exersa, aceste comunicate de interes crucial. S-a întâmplat să fiu eu săptămâna trecută și vă asigur că am depus tot efortul pentru a mă adapta cerințelor, așa cum va face oricine altcineva care ar mai putea fi în centrul atenției în perioada următoare.

Mulțumesc tuturor colegilor din A.N.S.R. (oameni profesioniști, inimoși, dedicați și implicați) și salut eforturile celorlalți membri ai comunității Surzilor care, în aceste vremuri dificile, luptă pentru o informare corectă, din surse oficiale! Rămâneți în siguranță și împreună vom reuși!", a scris Bogdan pe pagina sa de Facebook.

Bogdan spune într-un interviu că, lecția cea mai importantă pe care a învățat-o din această profesie este să se concentreze pe fiecare persoană în parte, pentru că fiecare om este unic, iar în rândul persoanelor cu probleme de auz există o diversitate incredibilă, dincolo de trăsăturile generale. Și în interpretare, ca și în viață, trebuie să cauți alternative ca să „ajungi" la cel de lângă tine, dacă drumul pe care l-ai urmat anterior nu te mai duce în prezent unde vrei să ajungi. Iar când celălalt te înțelege, pentru câteva secunde, te simți minunat.

-sfârșit-

SURSA: http://www.jurnal-social.ro/tanarul-care-traduce-prin-limbaj-mimico-gestual-mesajele-de-la-mai-privind-pandemia-de-coronavirus/
Preluat cu permisiune

„Degeaba ştii să citeşti dacă nu ai citit niciodată Biblia!”

Ce spune Biblia despre bolile contagioase (cum este COVID-19)?

Jon Paulien

De la izbucnirea pandemiei noului coronavirus, mulţi îşi pun întrebări dintr-o perspectivă religioasă. Este această pandemie o judecată a lui Dumnezeu asupra rasei umane? Este un semn al sfârşitului? Vorbeşte profeţia biblică despre ea? Chiar şi cei care nu cred în Dumnezeu sau în Biblie se întreabă ce părere au vecinii sau cunoscuţii lor creştini pe acest subiect.

Mă voi referi la ceea ce are Biblia de spus referitor la bolile contagioase şi la rolul pe care acestea îl pot avea ca semne ale sfârşitului în profeţia biblică. Este pandemia actuală „marele eveniment” de care mulţi se temeau?

O perspectivă mai largă

Pentru început, să tragem aer în piept şi să privim lucrurile dintr-o perspectivă mai largă. COVID-19, din păcate, a generat zeci de mii de morţi premature, însă, pentru moment, păleşte în importanţă faţă de gripa spaniolă, de acum 100 de ani. Aceasta a cauzat între 50 şi 100 de milioane de decese în toată lumea, într-o vreme în care populaţia globului nu atinsese 2 miliarde (în prezent se apropie de 8 miliarde). Înapoi în istorie mai avem moartea/ciuma neagră, care se estimează că a omorât între 75 şi 200 de milioane de oameni (1347-1351 d.Hr.), într-o perioadă în care populaţia mondială număra mai puţin de 500 de milioane. Aceasta înseamnă o rată de aproximativ 1 persoană din 3, la nivel global. Aşadar, deşi este foarte gravă, situaţia actuală încă nu a ajuns la ceea ce s-ar putea numi „proporţii apocaliptice”.

Pedeapsă?

Ce are Biblia de spus, deci, cu privire la bolile contagioase sau la pandemii? În cărţile antice ale Bibliei, principala limbă este ebraica veche. Termenul ebraic pentru afecţiune contagioasă, sau pandemie, este dever şi apare de aproximativ 50 de ori în Vechiul Testament. Rădăcina acestui termen ebraic are sensul de „distrugere”, cu sensul extins de „molimă/ciumă/plagă”. Interesant este că acest cuvânt este asociat nu doar cu bolile contagioase, ci şi cu animalele; este „o ciumă foarte mare” care a afectat turmele egiptenilor (Exodul 9:3). Dumnezeu plănuia să Se folosească de ameninţarea ciumei pentru a-i împrăştia pe canaaniţi (locuitorii autohtoni din Canaan), astfel încât poporul Israel să nu fie nevoit să lupte pentru a intra în „ţara făgăduită” (Numeri 14:12). Ştim din experienţa curentă cât de uşor poate o epidemie să inducă panică şi un comportament iraţional.

În cărţile biblice scrise în limba ebraică, termenul „ciumă” apare cel mai des ca o consecinţă a lipsei de devotament a lui Israel faţă de Dumnezeu. Când nu Îi era fidel lui Dumnezeu, poporul Israel nu mai beneficia de protecţia Sa, fapt care ducea la invadarea teritoriului său de către inamici şi apoi la distrugere. În acest context regăsim în mod repetat cunoscutul trio: război, foamete şi ciumă (Leviticul 26:25; Ieremia 24:10; Ezechiel 14:12-21). Cele trei elemente descriu asediul unei cetăţi antice. Războiul îi aducea pe oameni în interiorul zidurilor cetăţii, urma foametea pe măsură ce asediul se prelungea, iar urmarea firească era o boală contagioasă, urmată de exil (Leviticul 26:21-26; Ieremia 21:6-9; Ezechiel 7:15).

Ideea principală în raport cu întrebările din debutul articolului este aceea că boala contagioasă (dever, ebr.) nu este în aceste contexte prezentată ca o pedeapsă efectivă din partea lui Dumnezeu, ci mai degrabă ca o consecinţă a neascultării, ce ducea la pierderea ocrotirii lui Dumnezeu (Ieremia 27:13; 32:14; 34:17; 38:2).

Semnul sfârşitului?

Cărţile Bibliei scrise mai recent (Noul Testament – redactat în greaca vulgară/populară a lumii romane) au mai puţine de spus despre bolile contagioase. Luca 21:11 asociază ciuma (loimos, loimoi, gr.) cu foametea, cutremurele şi semnele celeste ce se vor manifesta în perioada distrugerii Ierusalimului, în anul 70 d.Hr. continuare în pag. 5

continuare din pag. 4

Termenul în sine nu apare și în pasajul din Luca 21 care se referă la sfârșitul lumii (Luca 21:25-28). Un text paralel versetului 11 din Luca 21 este versetul 7 din Matei 24. Aici, în unele versiuni ale Bibliei veți găsi cuvântul „ciumă", dar nu în toate. Motivul este acela că nu toate manuscrisele grecești pe baza cărora s-au realizat traducerile includ cuvântul „ciumă". Este foarte probabil ca termenul „ciumă" să nu fi fost în originalul Evangheliei după Matei. Dar, și dacă ar fi fost, versetul 8 din Matei 24 nu plasează scena în discuție la finalul istoriei pământului, ci la „începutul durerilor". Ciuma/molima a fost văzută de Iisus ca o experiență comună în experiența umană, nu ca o situație special asociată cu sfârșitul. În plus, același termen este folosit metaforic în Faptele Apostolilor 24:5, unde se spune despre Pavel că „este o ciumă". Această utilizare denigratoare nu are, categoric, nicio legătură cu sensul pandemiei actuale de COVID-19.

Mai există un termen grecesc redat deseori prin „ciumă". Acesta este thanatos – un cuvânt din greaca populară care se traduce de obicei cu „moarte". Dintr-un oarecare motiv, thanatos este cuvântul uzual folosit în traducerea în greacă a Vechiului Testament (numită Septuaginta) pentru a traduce termenul ebraic dever. Așadar cuvântul grecesc tradus prin „moarte" în perioada în care a fost scris Noul Testament poate avea conotații care să includă sensul de „ciumă", sau pandemie. În acest mod este folosit de trei ori în cartea Apocalipsa. În capitolul 2, versetul 23, apare în contextul unui eveniment precis, aflat deja în trecut. A doua ocurență este în Apocalipsa 6:8. Călărețul unui cal gălbui primește autoritate asupra unui sfert din pământ, să ucidă cu sabia, cu foamete și cu molimă. Ca și în Matei 24 și Luca 21, ciuma/molima este prezentată ca o caracteristică geenerală a istoriei umane – ceea ce categoric a și fost.

Totuși al treilea context în care apare termenul thanatos (moarte/molimă) este foarte clar cel al sfârșitului lumii. Molima este una dintre urmările căderii „Babilonului" chiar înainte de a doua venire a lui Iisus. Acest text nu ne spune că pandemia de COVID-19 este un semn al sfârșitului; pur și simplu, nu ni se oferă acolo suficientă informație pentru a fi atât de specifici. Însă textul indică – mai mult decât alte texte biblice – probabilitatea ca o pandemie să reprezintă o trăsătură a timpului sfârșitului.

Mai există un text despre timpul sfârșitului care ar putea fi relevant pentru întrebările noastre, iar acesta este versetul 2 din Apocalipsa 16, care amintește de o rană grea care îi va afecta pe cei care au primit „semnul fiarei". Deși această rană este gravă, termenii biblici folosiți de obicei pentru boli sau pandemie/ciumă nu sunt cei folosiți și aici.

Concluzia scurtă a acestui studiu biblic are două elemente

1. Pandemia în sine nu este un „semn al sfârșitului". Dat fiind că pandemii mult mai grave au avut loc în istorie, cea de COVID-19 nu ar trebui folosită ca un indicator al momentului în care ne aflăm în cursul istoriei. Dacă suntem în preajma sfârșitului timpului, alte indicii se vor dovedi mai semnificative decât acesta. Simplu spus, profeția biblică nu indică faptul că pandemia este un element-cheie al „semnelor sfârșitului", dar nici nu o exclude total ca una dintre problemele sfârșitului.

2. Pandemia nu este o pedeapsă directă, precisă din partea lui Dumnezeu, ci reprezintă o consecință a stării umane pe care Biblia o numește „păcat" și revoltă față de Dumnezeu. Conform Bibliei, Dumnezeu (prin Iisus Hristos) este autorul și susținătorul vieții (Ioan 1:3-5). Dar există în uni-vers forțe care se opun lui Dumnezeu și generează durere și distrugere (Iov 1:6-12; 2:1-6). Cuvântul „judecată" poate fi folosit, în cel mai bun caz, în contextul unei pandemii cu sensul că Dumnezeu îngăduie condiției umane să își urmeze cursul și să manifeste consecințele aferente.

Cu ce rămânem, totuși?

Mai există ceva în Biblie care s-ar putea dovedi util în discuția despre criza curentă? În textele vechi-testamentare, boala contagioasă era o situație ce putea și trebuia temperată prin măsuri luate la nivel personal (Ieremia 27:13; 38:2). Cel mai practic remediu oferit pentru o astfel de afecțiune în Biblie este, de fapt, izolarea socială (Numeri 5:1-4; vezi și Numeri 12:10-15 și Leviticul 13:45-46), adică exact ceea ce mulți dintre noi fac exact acum. Este important ca orice comunitate să stabilească, pe cât posibil, o demarcație între cei care au boala și cei care nu o au. Cooperarea cu autoritățile în aceste aspecte nu ar trebui să creeze probleme de conștiință pentru credincioși. De fapt, conștiința ar trebui să impulsioneze cooperarea într-o criză ca aceasta (Romani 13:1-5).

Acestea fiind spuse, profeția indică precis că panica este una dintre trăsăturile evenimentelor finale (Luca 21:25-26). Ar putea COVID-19 să ducă la nivele eshatologice de panică? Nu sunt profet, nici economist sau om de știință, deci luați cu rezervele aferente ceea ce urmează. COVID-19 așa cum se manifestă în prezent ar putea să se înrăutățească, putând să ducă la decesul a zeci de milioane de oameni în toată lumea. Aceasta ar plasa pandemia actuală într-un scenariu com-

continuare în pag. 17

„Unde se termină ce poate face omul avem nevoie de Dumnezeu!”

Medic în Lombardia: “Niciodată, nici în cele mai negre coșmaruri nu mi-am închipui că voi ajunge să văd și să trăiesc ce se întâmplă aici la noi în spital de trei săptămâni. Coșmarul curge, fluviul este din ce în ce mai mare și mai de nestăvilit; La început veneau câțiva, apoi zeci, apoi sute și acum noi nu mai suntem medici, ci am ajuns sortatori pe bandă și decidem cine trăiește și cine trebuie trimis acasă să moară, deși toți acești oameni au plătit toată viața taxe Italiei;

Până acum două săptămâni eu și colegii mei eram atei; era normal pentru că suntem mediciniști și noi am învățat știința, iar știința, ni se spunea, că exclude prezența lui Dumnezeu; am râs mereu de părinții mei care mergeau la biserică.

Acum 9 zile a venit la noi un pastor de 75 de ani; Om blând, avea probleme mari respiratorii însă avea la el o Biblie și ne-a impresionat că le citea muribunzilor și aceștia îl țineau de mână;

Fiind noi toți medicii obosiți, descurajați, terminați psihic și fizic, când aveam timp stăteam să îl ascultăm; Acum suntem nevoiți să recunoaștem: noi ca oameni ne-am atins limitele; mai mult nu putem face, și zilnic mor și mai mulți oameni; Și noi suntem epuizați: deja avem doi colegi care au murit și alții abia se mai țin pe picioare.

*Ne-am dat seama că **unde se termină ce poate face omul avem nevoie de Dumnezeu** și am început să ne rugăm când avem câteva minute libere; Vorbim între noi și nu ne vine să credem că din atei feroce am ajuns zilnic să ne găsim liniștea cerând Domnului să ne ajute să rezistăm să putem avea grijă de cei bolnavi.*

Ieri a murit pastorul de 75 de ani; ca niciodată până astăzi, deși am avut peste 120 de morți în 3 săptămâni aici, am fost toți terminați, distruși, pentru că bătrânul pastor a reușit în timpul cât a stat la noi să ne aducă o liniște pe care nu mai speram să o găsim.

Pastorul a plecat la Domnul și curând urmăm și noi. Eu nu am mai fost acasă de 6 zile, nu știu când am mâncat ultima oară, și îmi dau seama de inutilitatea mea pe acest pământ și vreau să îmi dedic ultima suflare ajutându-i pe alții. Sunt fericit că m-am întors la Dumnezeu în vreme ce sunt înconjurat de suferința și moartea semenilor mei.”

-sfârșit-

Mica enciclopedie de sănătate
E bine să știm

SPERANȚĂ ȘI SĂNĂTATE

Articol prelucrat de **Mârzac Diana - Maria**
Asistent Director Fundaţia Alinare

În aceste timpuri sensibile pe are le trăim cu toții, cel mai de preț bun este sănătatea! Iar speranța este cel mai de preț antibiotic al vieții!

De aceea suntem insistent solicitați atât în mass-media cât și prin multele cărți scrise în domeniul sănătății, să ne păstrăm mintea departe de prea mult contact digital în privința informațiilor procesate de surse îndoielnice și să ne focalizăm pe lucrurile importante pentru viața noastră și a celor din jurul nostru. Și după cum spuneam bunul cel mai de preț al nostru este sănătatea!

Din păcate obiceiurile greșite pe care le acumulăm de-a lungul timpului, cum ar fi consumul de prăjituri, consumul de carne, consumul de brânzeturi și lactate, sunt ancorate puternic în subconștientul nostru, prin amintiri. De fapt emoțiile trezite la un moment dat cu privire la o strângere de familie cu o ocazie specială (onomastică, nuntă), pot fi transferate foarte ușor asupra unui anumit aliment (cum ar fi de exemplul renumitul tort) pe care atunci l-am degustat și care ne poate aduce aceeași stare de bine sau un sentiment asemănător ulterior, oridecâte ori o digerăm.

> ***„Cel care are sănătate, are speranţă; iar cel care are speranţă, are totul.”***
> ***(proverb arab)***

Amintirile din copilărie cu bunica și laptele bătut din vasul de lut, sau stratul subțire de smântână de deasupra, pe care îl sorbeam cu nesaț cu o bucată de mămăligă, sau brânza rasă transferată într-o minge de mămăligă, mâncată pe marginea mesei, alături de bunici, toate acestea sunt amintiri create în jurul unui aliment.

Dacă am avea toate cunoștințele necesare cu privire la toxicitatea, sau la deserviciul pe care ni-l fac aceste alimente, și amintirile noastre simpatice (pe care trebuie să vă mărturisesc din ce am citit că pot fi ușor rescrise, în sensul că din frânturi creăm trecutul și îl înfrumusețăm cu ajutorul imaginației), cu siguranță majoritatea ar alege a doua variantă, întrucât creierul nostru este setat pe emoții în general.

Gustul, forma și culoarea unui aliment, de asemeni ne pot debusola sistemul de decizie, până acolo încât deși știm că dacă mai mâncăm carne de porc, vom suporta consecințele, de exemplu, nu vom renunța atât de ușor la acest obicei, tocmai din cauza lor.

Ne agățăm de ideea că nu mi de poate întâmpla tocmai mie, și ne avântăm de fiecare dată la magazin, spre a ne umple rezervele cu cărnuri, impostorul numărul unu, care favorizează: degenerarea organismului, îmbolnăvirea ficatului și rinichilor, acumularea de grăsime în exces de pe vase și afectarea colonului. Să nu mai spunem de faptul că acestea conțin un exces de proteine ce sunt greu digerate de organism, nu conțin fibrele necesare pentru a curăța în urma lor, și sunt de multe ori pline de hormoni.

Apoi trecem pe la raionul de lactate și brânzeturi, impostorul lipsei de calciu, și de asemeni al îngroșării vaselor de sânge.

Ajungem la raionul de dulciuri, unde mi-

continuare în pag. 8

continuare din pag. 7

rosul de vanilie, zahăr si ciocolată, ne trezesc papilele gustative, neținând cont de faptul că zahărul este primul hoț de calciu din organism, sursa cea mai proeminentă în favorizarea cariilor, iar dulciurile, în general, conduc la dependență și la perturbarea activității nervoase (iritabilitate, nervozitate, neliniște, oboseală, etc.), la efecte asupra vederii, și predispune pielea la apariția acneei (același lucru este valabil și în cazul excesului de proteine).

Și ce raioane rămân nevizitate? Tocmai acelea care ne pot favoriza sănătatea: legumele, fructele, cerealele, semințele, leguminoasele!

Poate tocmai această perioadă o putem folosi drept "scuză" pentru a începe reforma în privința alimentației noastre, acum când suntem la un click distanța de numeroase rețete ce conțin mai puțină prăjeală și mai multă diversificare în farfurie.

Speranța noastră de viață poate crește odată cu sănătatea , de aceea să luăm hotărârea ca de astăzi să avem grijă la dieta noastră!

Observăm că pe pachetele de țigări găsim, pe lângă literele de-o șchioapă cu faptul că tutunul dăunează grav sănătății, imagini sugestive cu efecte ale acestui obicei nociv. Și totuși acesta este în continuare un instrument de autoflagelare a sistemului imunitar, care are de luptat pe două fronturi: cel intern, format din virusuri și bacterii și cel extern, pe care îl introducem noi, cu bună știință. Și acesta este doar unul din instrumentele de "tortură" ale prorpiului oorganism!

Dacă dorim să ne bucurăm de speranță, să căutăm să adoptăm pas cu pas, obiceiuri sănătoase:

1. pentru două săptămâni să înlocuim anumite alimente nesănătoase (sau să diminuăm consumul lor) - carne, lapte, ouă - cu altele sănătoase (salate, leguminoase, fructe, legume, cereale), pornind de la premisa că ne vor întări organismul și ne vor prelungi starea de bine,

2. pentru două săptămâni să ne hidratăm doar cu apă, fără a folosi sucuri, vin sau alte lichide din comerț (vom observa atunci efectul negativ pe care îl au prin faptul că simțim o nevoie acerbă după ele); apa va ajuta organismul la refacerea pielii, la hrănirea creierului, drenarea vaselor de sânge din organsim

3. pentru două săptămâni să exersăm mișcarea în măsura în care este posibil, sau masajul, astfel încât tonusul nostru să fie ridicat. Prin aceste exerciții, nu doar musculatura noastră are de câștigat, dar și starea de spirit, în urma activării serotoninei (hormonul fericirii), printr-o atitudine mai voioasă!

4. pentru două săptămâni să citim o carte, cu scopul de a ne hrăni nu doar creierul, ci și mintea cu cele mai bune informații!

Sunt multe riscuri cu care ne confruntăm zilnic: poluare, virusuri, aglomerație, stres.

Dacă ne dorim să rezistăm în toate aceste situații, trebuie să învățăm să luptăm cu "armele" potrivite, astfel încât să prevenim și să vedem "soarele răsărind și în grădina noastră"

Speranța este totul în măsura în care partea pe care ai avut-o de făcut, ai chibzuit-o bine și ai ales sănătatea ta mai presus de plăcere și nevoi induse!

Vă doresc o lună cu hotărâri bune, decizii înțelepte, zile pline de speranță și multă sănătate!

-sfârșit-

O lume nouă

LUCIAN ALDEA - președinte
Asociația „Ridică-te și umblă”

Au trecut două luni de la numărul trecut și deja lumea întreagă s-a schimbat radical. Doar scriitorii de cărți și de scenarii fataliste și-au putut imagina asemenea consecințe care ne afectează viața de zi cu zi pe această mică planetă dintr-un Univers infinit.

Un tânăr în vârstă de 22 de ani, student la medicină, își construia cariera mulțumit de realizările de până acum și visa la un viitor independent, o profesie onorabilă, o familie frumoasă, vacanțe peste tot în lume și o viață în siguranță. Pandemia COVID-19 l-a făcut să își reconsidere mai toate așteptările de la viață. Cu tristețe a coborât cu piciorele în realitate, ca în vreme de război. Este momentul când trebuie să ne schimbăm prioritățile.

Un vârstnic cu dizabilități trecut de 80 de ani era mustrat de fiul doctor pentru că ieșea din curte ca să se plimbe pe strada din fața casei lui. L-am vizitat în cadrul proiectului „Nu ești singur!” al Asociației „Ridică-te și umblă” și l-am îndemnat să stea în curte, la care omul nostru mi-a replicat: „Există ceva mai grav decât virusul... capul să nu se îmbolnăvească”. Avea și el dreptate, pandemia nu trebuie să ne fure libertatea de a gândi sănătos.

Fie că suntem la începutul vieții, fie că suntem trecuți de mijlocul ei, obiceiurile și profesia noastră trebuie să se adateze la această lume aflată în război atipic cu un dușman invizibil, perfid, neiertător, despre care încă se cunosc puține lucruri.

#Stăm în casă! A devenit o regulă pentru toți, nu doar pentru persoanele cu dizabilități. Totuși pentru cei din urmă motivele nu sunt chiar aceleași. Acum ne dăm seama cât de rău este să fii arestat la domiciliu fără a fi vinovat. Partea bună va fi că empatia cu cei izolați din cauza dizabilității va ajunge la cote mai ridicate. De asemenea, specific, este foarte important ca acele persoane care aparțin categoriilor mai vulnerabile, precum persoanele cu dizabilități, să aplice toate măsurile de prevenție pentru a supraviețui acestei perioade pline de incertitudine.

Boala COVID-19 este cât se poate de reală și cea mai bună formă de apărare este prevenția de a sta cât mai mult în casă și de a lua toate măsurile de igienă și protecție. Cu toate acestea riscul contaminării persistă și de aceea ne dăm seama că trebuie să ne rugăm lui Dumnezeu pentru că omul este neputincios în fața acestui coronavirus.

Ca omenire, incertitudinile sociale ne aproprie de Dumnezeu pentru că începem să nu ne mai încredem în avansul libertății, științei și tehnologiei. Cel puțin deocamdată nu s-a stabilit exact sursa acestei boli, nu există o metodă de prevenție perfectă, nu s-a inventat un medicament sau un tratament minune, nu știm cât va mai dura pandemia, nu știm câte „valuri” vor urma, nu știm cât de mult ne va afecta criza economică, etc. însă descoperim și multe certitudini pe care putem să ne axăm. Cea mai mare este că vom descoperi încă o dată că Dumnezeu nu ne lasă singuri, apoi putem aprecia mai mult pe cei de lângă noi și putem să avem timp de o carte bună, de ce nu chiar Biblia? Putem să învățăm o meserie nouă, sau să ne dezvoltăm un talent artistic, să vorbim cu toți prietenii din familia Ridică-te și umblă, să ne vedem pe Zoom cu toată filiala și să cerem ajutorul unui voluntar al Asociației care ne poate asista într-o chestiune urgentă și importantă, sau pur și simplu să vorbim cu cineva care ne ascultă și are un sfat bun.

Cert este ca lumea se va schimba, pe alocuri în bine, pe alocuri în rău, dar ce rămâne este legătura noastră cu Dumnezeu. El ne face să tânjim și mai mult spre acea lume cu totul nouă, originală pe care ne-a promis-o atunci când S-a întrupat în această lume veche în persoana lui Iisus Christos.

-sfârșit-

RUGĂCIUNE ÎN AL 12-LEA CEAS

Trăim, -un timp frânt-...
Timorate, ziua și noaptea,
Caută adăpost și speranță, într-un suspin,
- într-o lacrimă -.
Aisbergul care a îngenuncheat
trufașul TITANIC,
e iarăși, AICI, lângă noi, acum
mai puternic
- ca niciodată!-.
Metamorfozat, ascuns cu viclenie
pământenilor,
dureros de viu și rău,
întocmai – cum sunt –
grșelile noastre,
cu voie, ori fără de voie...
DOAMNE, fără de început și
Fără de sfârșit,
Ajută, cu mare MILA TA,
armata medicilor
să găsească lumina leacului
vindecării tuturor!

P.S Semnează, cu smerenie, un bob de țărână:

Nicu Popcov
București

EPIDEMIA

Ne bate soarele în fereastră
E frig afară, rece sufletul în noi
A mai trecut o noapte albastră
E nemilos timpul nu mai vine înapoi.

Suntem bolnavii unui secol de nepăsare
Am căzut pradă nevinovați unei epidemii
Minciuna, răutatea, nedreptatea mai tare doare
Decât virusul ucigaș al acestei pandemii

E semn că primăvara ar vrea să vină
Dar prin răceala inimilor nu e loc
O omenire bolnavă murind suspină
Iar glasul ei nu ne sensibilizează deloc.

Glasul morții din lume ne lasă imuni
Pentru pandemia de răutate nu este vaccin
De atât frig nu putem fi mai buni
Chiar dacă este soare, dacă e cerul senin.

Să aprindem candela în inimi fiecare
Atâtea lacrimi curg pentru cei pierduți.
Uităm că viața este totuși trecătoare
Cu Dumnezeu alături nu ne dăm bătuți.

Vali Fencea
Ciutelec - Bihor

ABIA AȘTEPT

Abia aștept să apară o schimbare,
bănuiesc ca ea va fi o sărbătoare,
când norii de tristețe se vor risipi
doresc atât de mult acea zi.
Este dorința mea așa de mare
frica că ea nu vine, mă duce-n disperare.
Gândul zboară la ziua cea visată...
himeră nu vreau să fie, ci o zi adevărată.
Iarăși tristețea mă cuprinde-n mreajă,
jalea m-apasă, sunt parcă bolnavă,
lacrimile-mi umplu ochii, pe obraji se scurg,
mai am totuși o speranță, poate că ajung.
Numai să nu mor așa neîmpăcată
o, revin-o Doamne, dă-mi iarăși speranță.
Până când să-ndur nimicnicia mea?
Răul să dispară!Dă-mi bucuria Ta!
Sunt zile în care, sătulă sunt de lume.
Tu ești Cel mai dorit și iubit de mine.
Unde ești? Mă-ntreb și Te vreau aproape,
vino-n a mea viață, căci mă-nec în ape.
Dar ziua va veni, eu Te voi găsi și a Ta voi fi.

Maricica Cristea
Din vol. „Din valurile lumii”

ȚARA MEA, NEAMUL MEU

În râuri curge timpul,
În păsări zboară gândul,
În piatră e tăria,
În lut statornicia.

În plante curge seva,
Se înnoiește simțul,
În plai există ceva,
În care cântă mitul.

În mare e adâncul,
În munte e înaltul,
Dealul, valea-i legământul,
Ritmul de joc, păcatul.

În Mioriță e destinul,
Din spațiul nost matricial,
Iar în pământ dospește chinul,
De-avut, de glie, de ideal.

Prieten orice megieș
La care-n bine-i dă cămașa,
Iubita-i floare de cireș
Când pe acasă vine moașa.

Cum să-l lăsăm să îi doboare,
O hâdă ceată de pungași!?
Cum să rămânem fiecare
Indiferenți, tăcuți și lași!?

Laura Vega
Râmnicu Vâlcea
vol. „Sub semnul constelației”

ZIUA STRIG

Ziua strig și noaptea strig,
Eu te chem să vii Isus
Dimineața și spre seară,
Te aștept cu-n dor nespus.

Vreau să scap la libertate,
Vreau să scap de jugul meu;
Vreau să scap și de păcate,
Și de tot suspinul meu.

M-apasă din greu străinul
Și mă stoarce din puteri,
Și mă-nțeapă ca și spinul
Și-s puține mângâieri.

Au trecut zilele-n care
Când era să am deajuns,
Și-au venit zilele-n care
Și mai mult să fiu supus.

Pașii azi mi-se-nconvoaie,
Doamne, oare nu vezi Tu?
Când va fi o zi cu soare?/
Când Te vei întoarce Tu?

Când va răsări lumina
Peste sufletul din noi?
Vezi cum se-ngrașă neghina?
Vino Tu ca s-o despoi.

Doamne, ziua e spre seară,
Soarele a asfințit;
Și să nu strig de afară
Atunci când vei fi venit?

Scurtează robia care
Sunt de multe apăsat,
Căci m-apasă o durere
Și-am ajuns descurajat.

Nu mă lăsa, o Isuse,
Și mai mult descurajat,
Căci-mi-ntinde cel rău curse
Și mă duce la păcat.

Pe Tine Te am ca spijin,
Să mă iei la sânul Tău,
Ca să n-aud zăngănitul
Armelor a celui rău.

Vreau s-aud trâmbița care
Când pe Sfinți îi va chema,
Să primesc a Ta chemare,
Să m-așez la dreapta Ta.
AMIN

Angheluș Grigore
Gropnița – Iași

FLUTURE ALB

Între noi doi
aerul e un zid
peste care
sufletele noastre
trec
ţinându-se de mâna
unui înger
coborât
într-un trup de copil
ce sfinţeşte
pântecul ierbii...
Ah, viaţa,
fluture alb
prin sângele nedomolit
urcă, coboară...
Hai, vino,
Dumnezeu
ne îngăduie
să trecem
prin ochiul lui
spre celălalt capăt!

Magdalena Dorina Suciu

LUNA LUI MAI

A venit iar luna lui Florar,
Ne va încânta privirile iar,
În orice direcție vom privi,
Peste tot flori vom întâlni.

Toate drumurile sunt minunate,
Datorită florilor lui mai frumoase,
Pe care la drum le întâlnim,
Văzându-le pe drum zâmbim.

Popescu Nicoleta
Bughea de Jos - Argeș

IERTARE, TOLERANȚĂ, PACE!

Precum o plajă joasă cu nisip mărunt
când vine o furtună, o înghite marea
peste dureri tăcute de demult
se-așterne-ncet, încet, uitarea.

În tinerețe când suntem loviți
tot plănuim c-o să ne răzbunăm
dar anii trec, se duc pe rând
și Slavă Domnului că mai uităm!

Ce bine spunea Ion Dolănescu
de mi-l lovea câteodată supărarea
of, ce ne-am face-n lumea asta
de nu ar exista iertarea...

De aceea, cred, compatrioți
de vrem ca să trăim ca Frații
să alungăm mânia din viața noastră
și mai ales, să ne iertăm unii pe alții! Amin!

Cucu Mitică
Botoșani

EU

Sunt o femeie minunată
Eu nu-s rujată sau machiată
Nu sunt frumoasă mai mereu
Nu sunt dulceață sau jeleu.

În schimb dacă schițez un gest
Pe chipul răsturnat de stres
Ai să-nțelegi că eu exist
În lume fără compromis..

Sunt mulțumită și zâmbesc
Că sunt și pot să vă iubesc.

Poate că corpul nu mă ajută
Poate necesit grijă multă
Însă în ochi am strălucire
Cu ei vă dăruiesc iubire.

Vă pun în gând sclipiri de stele
Vă împletesc gânduri cu ele
Vă pun o lacrimă pe geană
Să vă amintiți de cum mă cheamă
Și sufletul pot să vi-l dau
În schimb lumină din cer vreau
și atât cât eu voi fi pe lume,
Să fiu-mpăcată eu cu mine.

Roxana Gherghel
Cisnădie - Sibiu

CARANTINĂ FERICITĂ!

După cinci nenumărate cercetări amănunțite-
Amândouă complicate și-amânpatru dichisite,
Pur și simplu, brusc deodată, din senin aproape net,
Eu, bărbat cu mintea toată și cu creierul complet,
Am ajuns, cu lumânarea, foarte sigur și precis,
La extrem de următoarea brici concluzie de vis:
Covid ăsta, virus mare, nouăşpe cu-adevărat,
A cam fost, fără eroare, de-o femeie inventat!
Baruri, birturi, cârciumioare, bodegute propriuzise-
Fără strop de remuşcare, toate-n bloc au fost închise;
Cât e ziua de prea mare, fotbal la televizor
Nu mai vezi, măi, frățioare, nici măcar întâmplător;
Cu băieții, cu amicii, cu prietenii din stoc-
Pe toți picii și piticii, nu mai poți să ieși deloc!
Mama ei nesănătoasă de Corona-afurisită,
Asta-i viața, stăm acasă! Carantină fericită!

Petrache Florian
Puchenii Mari - Prahova

Talentul... nu cunoaste handicap!

UN SFAT

Iubiți frați aș vrea să știți,
Că avem o misiune de îndeplinit,
Printre noi sunt oameni neștiutori,
Care au nevoie de al nostru ajutor.

Noi trebuie să le arătăm bunătate,
Ceea ce n-am avut vreodată,
Cei lipsiți de fapte bune,
N-au nimic bun în această lume.

Să-i căutăm cu iubire și înțelegere,
Să-i mângâiem cu cuvintele – e o datorie,
Domnul să-i mântuiască,
Și să-i ia în împărăția cerească.

Cu dragoste să-i înconjurăm,
Și mereu să-i încurajăm,
Domnul bun pe toți ne iubește,
Și la El cu drag ne primește.

Cidem Narcis Brăslașu - Constanța
Din vol.:
Viața mea de ieri, de azi, de mâine...

AUTOIZOLARE!

Dacă vrei ca să trăiești,
Stai departe de oricare,
Căci microbul nu te iartă,
Cine nu ascultă moare!

Stai departe de păcat,
În autoizolare,
Tot pământu-i infectat,
Domnul e a ta salvare!

Căci Satan a otrăvit,
Orice frunză, orice floare,
Ca pe timpul de război,
Pe oameni ca să-i omoare!

Să nu te încrezi în om,
Mai bine în izolare,
Vorbește cu Dumnezeu,
Căci e plin de îndurare!

Domnul a prezis atunci,
Va fi mare strâmtorare,
Oamenii se vor urâ,
Dar și boli necruțătoare!

Cine vrea să înțeleagă,
Să intre în izolare,
Să se roage Domnului,
El aduce vindecare!

Trăim vremuri de sfârșit,
Domnul vine-n grabă mare,
Să slăvim pe Dumnezeu,
Cu cântări și osanale!
Amin!

Crețu Vasile
Moinești – Bacău

Anunțuri de la cititori

Corcheș Claudiu Cosmin

Mă numesc Corcheș Claudiu Cosmin, sunt un băiat din Arad în scaun cu rotile. În urmă cu 4-5 ani m-am împrietenit pe facebook cu o fată pe nume Ancuța Cătălina, din Corbu, Slatina de Olt. Am discutat cu ea o perioadă de timp, pe facebook, pe urmă tot ea, pe aceiași pagina și-a schimbat numele, își spunea „Inimă rănită și spulberată". Am continuat să ținem legătura, și în ultima perioadă pagina ei s-a numit Ancuta Catalina Brondina. De vreo trei ani nu o mai văd nicicum activă pe facebook.

Aș dori dacă știe ceva ce s-a întâmplat cu ea să îmi spună. Nu vreau nimic de la ea, vreau doar să știu ce s-a întâmplat cu ea. Cine știe ceva despre ea, îl rog să mă contacteze la nr meu de tel 0770-323099, dar vreau să fac o precizare: vă rog să nu mă sunați pentru că am probleme de exprimare și vorbesc greu, vă rog prin sms. Vă mulțumesc pentru înțelegere!

Magda

Bună Lucian! Sunt Magda și te rog frumos să mă suni la numărul de telefon 0753-644898. Eu te-am sunat și am trimis mesaj de câteva ori.

Iulian

Rog pe Ramona din Reșița să mă sune urgent pentru căruciorul electric. 0764-468996

Deaconescu Adrian Dorel

Vă rog frumos să mă ajutați, rog frumos urgent ca să fiu sprijinit urgent pe cale financiară, materială, căci nu mai am pe nimeni. Casă nu, masă nu, familie nu, nu mai am pe nimeni. Cont RO57CECEHD0208 RON 0335058 BANKA CEC Hunedoara. Tel. 0774-042022

Violeta – Alexandria

Vând căruț electric Invacare. Preț 2.500 lei. Mai multe detalii voi da la tel. 0766-414770.

Nota redacției: Responsabilitatea corectitudinii informațiilor din anunțuri, aparține în totalitate autorilor!

Editorial

continuare din pag. 2

confirmă că relațiile apropiate cu familia, prietenii, cunoștințele și colegii întreține fericirea într-o măsură mai mare decât o fac banii, faima sau statutul social. Rămâne de văzut dacă și după izolare le vom oferi celor dragi piedestalul pe care îl merită.

4. Strictul necesar nu este totul, dar poate fi de ajuns. A trăi cu puțin nu e o virtute. Totuși, a ști să te bucuri de ceea ce ai face diferența dintre fericire și nefericire. Când viața își urmează lin cursul, tindem să banalizăm confortul asigurat de satisfacerea nevoilor primare. Îl luăm ca atare și îi adăugăm multe alte straturi din ceea ce considerăm a fi adevăratul confort. Sub amenințarea lipsurilor, învățăm să apreciem stabilitatea unui trai minimal. Cât de mult contează un acoperiș deasupra capului, o pâine pe masă, apă curentă, căldură și un pat pe care să ne odihnim? Poate că ieri ni se păreau simple accesorii standard; astăzi le privim cu profundă recunoștință.

5. Sănătatea reprezintă cel mai de preț bun. Sănătatea este strâns legată de fericire și trebuie să fie prioritară indiferent de condiții. Contextul actual ne obligă să fim mai precauți decât de obicei, chiar și cu prețul restrângerii unor drepturi și libertăți fundamentale; totul, pentru a evita dezastrul generat de explozia numărului de îmbolnăviri. Vom fi la fel de conștiincioși și după depășirea crizei? Vom proteja acest „bun" personal nu prin purtarea de măști și mănuși de unică folosință, ci printr-o atenție sporită față de trup, minte și suflet? Cum ne vom menaja sănătatea după ce vom fi scăpat de pericol?

6. Totul este efemer, însă nu în zadar. Situațiile care depășesc controlul individual ori colectiv ne demonstrează cât de fragili suntem, cât de firav este mediul nostru – o casă de paie în bătăia unui posibil vânt prea puternic. Deseori, în astfel de momente, oamenii își recunosc limitele și pornesc după răspunsuri în afara lor. Cotidianul nu ridică întrebări existențiale. Depășirea zonei de confort ne determină, în schimb, să alegem: în cine sau în ce ne punem încrederea când noi nu mai suntem de-ajuns? Orice confruntare cu realitatea efemerității este, în ultimă instanță, de bun augur. Ne deschide uși inaccesibile altfel.

Recapitulare

Cine ar fi crezut că 2020 o să ne provoace, într-o asemenea măsură, rezistența fizică, psihică și emoțională? Că o să ne temem pentru siguranța zilei de mâine, pentru mersul economiei, pentru subzistența sistemului sanitar, așa cum se întâmplă de câteva luni încoace? Cine ar fi crezut că vom petrece sărbătorile închiși în casă, izolați la locul de muncă ori internați în spital?

Orice adevăr dureros are însă și o latură bună – ne face să gândim mai departe, ne transformă radical existența. Pandemia ne-a adus multe pierderi. Însă ne-a adus și un câștig.

Ne-a învățat să discernem lucrurile cu adevărat importante în viață: iubirea, credința, speranța, solidaritatea, încrederea într-un nou început. Lucruri fără de care fericirea nu este posibilă. Lucruri pe care izolarea ni le revelează într-o lumină nouă, puternică, așa cum se întâmplă cu orice lecție învățată pe calea cea grea.

-sfârșit-

Sursa: https://semneletimpului.ro/sanatate/epidemie/covid-19-lectii-despre-fericire-de-la-un-profesor-nevazut.html

Preluat cu permisiune

.....Să ne rugăm pentru..... .....Să ne rugăm pentru..... .....Să ne rugăm pentru.....

Avem un Dumnezeu atât de iubitor şi de dornic de a ne răspunde la rugăciune, încât ar fi o lipsă de înţelepciune de a nu asculta de îndemnul Său de a ne ruga unii pentru alţii.

În plus, aceasta arată nu numai că avem încredere în El, ci şi că simţim unul cu celălalt, că ne pasă.

Să ne rugăm pentru victimele COVIT - 19 din întreaga lume. Să îi susţinem zilnic în rugăciune. Adăugaţi dumneavoastră numele pe care le cunoaşteţi.

Spiridon Marin Adrian

Să ne rugăm pentru Dinu, un tânăr care a căzut de pe o macara si este complet paralizat şi în stare foarte gravă.

Să ne rugăm pentru prietena noastră Alexandra care, ca psiholog, este prietena copiilor cu probleme. Dumnezeu să o binecuvânteze cu înţelepciune nemărginită şi dragostea pentru copii să o ajute să se apropie de Dumnezeu şi de Adevăr. Dumnezeu să îi răsplătească efortul făcut cu toată dragostea

Să ne rugăm pentru doamna Iulia, un om şi un psiholog deosebit care, cu dragostea ei dăruită copiilor cu probleme, a reuşit să aducă un zâmbet pe chipul micuţilor şi încredere în inima părinţilor.

Să ne rugăm pentru Edy, un tânăr care a plecat din biserică. De asemenea îi adaug pe băieţii mei Ady si Radu dar şi pe tinerii care au părăsit biserica: Giulia, Ana, Georgiana, Alex, Georgiana, Mariana, Cristina, Ştefan, Mihaela. Dumnezeu cunoaşte fiecare suflet în parte şi să lucreze în viaţa fiecăruia cum consideră necesar pentru a se descoperi fiecare pe sine şi să Îl regăsească pe Dumnezeu.

Să ne rugăm pentru David, de 6 anişori. Aseară a ajuns la Bucureşti, starea lui nu este bună. Să o susţinem în rugăciune pe mama lui Julieta si pe tatăl Irinel care trec prin încercări dificile şi lupte în dorinţa de a se apropia mai mult de Dumnezeu.

Să ne rugăm pentru sora noastră Adriana care are multe probleme de sănătate. Este imobilizată la pat fiind persoană cu handicap gr. 1. De un timp are multe probleme cu gâtul. Este suspectă de tumoare având ceva crescut pe coarda vocală stânga. Aşteaptă rezultatul tomografului. Sora solicită să o susţinem în rugăciunea zilnică atât pe ea cât şi pe soţul ei.

Sora noastră Noemi solicită rugăciune,are probleme personale şi la locul de munca. Să o susţinem în rugăciune

Să ne rugăm pentru Mirabela. A ajuns de urgenţă la spital la Bucureşti. A fost operată pentru lichid la stomac. Să o susţinem în rugăciunea zilnică atât pe ea cât şi pe soţul ei, Nelu, si cele 2 fete.

Să ne rugăm pentru copii noştri care sunt atraşi de lumea aceasta şi "bucuriile" efemere oferite de "splendoarea" copilăriei şi a adolescenţei. Dar şi pentru părinţii noştri, care au nevoie să se predea lui Dumnezeu, acum când încă mai e har. Sa ne susţinem familiile în rugăciune. Pun pe listă pe copii mei Adrian, Radu şi Ezel. Pe mama Emilia, soacra Nuţi, fraţii mei Elena, Ana, Alexandru şi Mihai. Pe nepoţii mei Ancuţa, Alexandru, Bianca, Monica, Ovidiu şi Luca şi Yanis. Adaug pe cumnaţii Ionuţ, Beniamin, Florin şi Laura. Îi port în rugăciune pe veri, unchi, mătuşi. Adaug şi pe Fredy.

Viaţa ne oferă o familie dar prietenii ni-i facem singuri. Dacă suntem prieteni cu adevărat îi susţinem pe prietenii noştri în rugăciune. Avem mulţi prieteni, ne rugăm pentru fiecare în parte, dar deschid această listă de rugăciune în special pentru acei prieteni care cer să ne rugăm pentru ei şi sper să îndrăznim să solicităm rugăciune ca prieteni.

Emilia Dinescu

Pentru mătuşa mea Ana. Are nevoie să ne rugăm pentru ea.

Pentru sănătatea mea şi pentru ca Dumnezeu să mă ajute să-mi găsesc perechea potrivită.

Deaconescu Adrian Dorel

Pentru Alina, în acest moment este operată în Anglia pentru o tumoare pe creier! Să ne unim acum în rugă!

Marius

Solicit rugăciune pentru Tucu cu multe probleme de sănătate şi familiale, are 2 copii mici pe care îi creşte singur.

Margareta

Mulţumesc tuturor celor care s-au rugat pentru tatăl meu. Mulţumim bunului Dumnezeu, analizele au ieşit bune.

Să continuăm să ne rugăm ca Bunul Dumnezeu să continue să lucreze la inima oamenilor, astfel ca revista să apară şi în viitor.

Aurel

„Faceţi în toată vremea, prin Duhul, tot felul de rugăciuni şi cereri. Vegheaţi la aceasta cu toată stăruinţa şi rugăciune pentru toţi sfinţii."

(Efeseni 6:18)

George Gabriel Pieleanu
Alexandria - Teleorman

Sunt un cititor fidel al revistei „Împreună" - această minunată revistă este plină de informații utile pentru persoanele cu nevoi speciale - așa cum sunt eu; așa cum ești și tu; așa cum suntem foarte mulți în Romania și care avem nevoie de o revistă numai a noastră, o revistă a oamenilor speciali cu nevoi speciale; o revistă pentru sufletele noastre si pentru a ne alina singurătatea de care avem parte; cred că este singura revistă din Romania dedicată persoanelor cu nevoi speciale care se distribuie gratuit (este un lucru de apreciat faptul ca exista sponsori cu suflet mare care se gândesc și la persoanele cu nevoi speciale)...

Îmi doresc ca revista noastră cea specială să apară mulți ani de - acum înainte - avem nevoie de această revistă deosebită care să apară pe o perioadă nedeterminată de timp

Știu că s-au retras mai mulți sponsori care ajutau la apariția acestei minunate reviste pentru oamenii cu nevoi speciale; dar îmi doresc tare mult ca revista „Impreuna" să apară și anul acesta tot gratuit prin puterea bunului Dumnezeu pentru că numai El face minuni (știu că aceste minuni există cu toate că ele sunt puține in viata unui om - cel puțin așa cred eu)...

Stănoiu Viorica
Aiud - Alba

Ți-ai ascuns lacrimile de privirea oamenilor, dar cerul ți-a văzut sufletul plângând. Ți-ai purtat durerile zâmbind însă Dumnezeu te-a simțit. Ai îngropat griji, sentimente, doruri și lupte în tăceri pe care nu le-a auzit nimeni. Numai Dumnezeu! Oare nu-ți aude Dumnezeu gândurile și rugăciunile? Sau îți închide ușa când Îl cauți? Rămâne El surd la rugăciunile tale? Indiferent față de ce simți? De ce alegi frica în locul încrederii? De ce te îndoiești de puterea și iubirea Lui? Crede cu toată inima! Crede până la final! Și dacă vei cădea, să crezi! Să lupți crezând! Și când vei plânge să continui a crede! Felul în care te simți nu schimbă planul lui Dumnezeu, așa că în orice ceas să crezi! Să știi că lacrimile sunt cuvinte pe care numai Dumnezeu le înțelege!

Chiriță Alexandra
Costești – Argeș

...Vremurile de astăzi sunt tulburi nu doar într'un colț al pământului, ci peste tot... Însă Evanghelia este ca o tăbliță indicatoare spre locul de siguranță, de adăpost, de pace, care este Mântuitorul - STÂNCA VEACURILOR! Noi nu putem opri furtunile care produc atâtea tulburări, dar putem să ne adăpostim de ele mergând prin credință la Domnul Isus. HRISTOS DĂ PACEA SCHIMBÂND INIMA OMULUI... El e Stânca unde te poți adăposti - ACOLO GĂSEȘTI PACEA... O PACE DURABILĂ ÎN MIJLOCUL FURTUNILOR...

Dinescu Emilia
Valea Stânii – Argeș

SIGURANȚĂ DEPLINĂ... Geneza 7,1.16. ...Trăim timpuri în care căutăm un loc de scăpare... La un moment dat, o corabie a fost un adăpost pentru ORICINE... TOȚI FUSESERĂ POFTIȚI DE DUMNEZEU ÎNĂUNTRU. Dumnezeu păzea ușa și fără El, nimeni nu putea intra sau ieși. Corabia avea o ușă și o fereastră. Cu mâna Sa atotputernică, Dumnezeu ținea ușa închisă, lăsând lui Noe și alor lui fereastra prin care putea privi în sus, de unde coborâse judecata. Familia salvată nu putea privi decât în sus, CĂCI ACOLO SE AFLA FEREASTRA... Noe și ai lui nu putea vedea apele judecății, nici moartea, nici pustiirea pricinuită de acele ape... Ei puteau vedea în schimb, PRIN CREDINȚĂ, doar un cer fără nori, veșnică locuința Celui care osândise lumea și îi scăpase pe ei... ...MÂNTUIREA LUI DUMNEZEU, era între Noe și potop!

...Nimic nu lămurește mai bine și azi, când trăim momente de criză, DESĂVÂRȘITA SIGURANȚĂ A CELUI CE CREDE ÎN HRISTOS, decât cuvintele: "APOI DOMNUL A ÎNCHIS UȘA DUPĂ EL... "Cine ar putea deschide ușa când Dumnezeu a închis-o? Familia lui Noe era într-o SIGURANȚĂ DESĂVÂRȘITĂ, cum NUMAI DUMNEZEU POATE SĂ O DEA! Nicio putere îngerească, omenească sau diavolească n-ar fi fost în stare să deschidă ușa de la corabie, ca să năvălească apele înauntru...

...TOT AȘA, ÎN HRISTOS CREDINCIOSUL ARE O SIGURANȚĂ DEPLINĂ, ȘI ASTĂZI CÂND INIMILE NE SUNT FRĂMÂNTATE DE CRIZA PRIN CARE OMENIREA TRECE... AVEȚI ÎNCREDERE ÎN AJUTORUL DOMNULUI, Amin.

Andreescu Haralambie
Pucioasa – Maluri, Dâmbovița

PREA TÂRZIU... -Evr.2,3. ...Neglijența în viața noastră are deseori urmări neplăcute. Dacă neglijăm să mergem din când în când la stomatolog, vor apărea carii la dantură care mai târziu nu vor mai putea fi reparate. Astfel de neglijențe au numai urmări temporare; dar, dacă NEGLIJĂM MÂNTUIREA SUFLETULUI, VOM SUPORTA CONSECINȚE VEȘNICE! ...Te-ai interesat de această problemă importantă din viața ta, prietene? Sau ai neglijat-o? Cu siguranță, ai auzit de multe ori vestea Evangheliei! Și prin aceste rânduri pătrunde la tine invitația prietenoasă a Mântuitorului păcătoșilor: ÎMPACĂ-TE CU DUMNEZEU!...

...Presupun că nu dorești să mergi în pierzare veșnică, ci DOREȘTI SĂ FII SALVAT. Cu siguranță știi și calea pe care trebuie să mergi - CALEA ESTE ISUS, dar totuși nu mergi pe ea... Din nepăsare amâni mereu să te hotărăști pentru Domnul Isus, până ce într-o zi va fi prea târziu... Atunci te va lovi JUDECATA LUI DUMNEZEU! Dar, POȚI FI SCĂPAT DE LA PIERZARE, căci lucrarea necesară mântuirii tale A FOST DEJA FĂCUTĂ DE MÂNTUITORUL ISUS HRISTOS! Mijlocul de a învinge nepăsarea, neglijența este ACȚIUNE HOTĂRÂTOARE ȘI MOMENTANĂ! NU AMÂNA HOTĂRÂREA!... În curând ar putea fi PREA TÂRZIU!...

Istoric Vehicul

De-acum, se pot verifica online și daunele suferite de autoturisme, pe lângă istoricul general al mașinilor

av. DANA BORDEIANU

Registrul Auto Român (RAR) a completat recent aplicația ce permite verificarea istoricului mașinilor înmatriculate în țara noastră, prin adăugarea unei secțiuni ce permite de-acum aflarea avariilor suferite de acestea de-a lungul timpului, potrivit unui comunicat al registrului.

În 2019, RAR a lansat o aplicație ce poate fi folosită pentru informarea rapidă, corectă și transparentă a cumpărătorilor de mașini la mâna a doua din România. Mai exact, cu ajutorul aplicației Istoric Vehicul, disponibilă pe website-ul registrului auto, cei interesați pot verifica gratuit istoricul oricărui vehicul care a trecut măcar o dată pe la RAR.

Totodată, așa cum reiese dintr-un comunicat recent al RAR, după ce aplicației Istoric Vehicul i-a fost adăugat un nou modul, cei ce vor să verifice istoricul unei mașini pot de-acum să afle și ce avarii a suferit aceasta de-a lungul anilor.

Noul modul integrat în aplicația Istoric Vehicul, respectiv cel ce permite **aflarea istoricului de daune al mașinilor**, dă posibilitatea ca, în câteva minute, să se obțină "informații despre majoritatea vehiculelor pentru care au fost înregistrate oficial, la societățile de asigurări, avarii produse pe teritoriul României".

Spre deosebire de aplicația de bază Istoric Vehicul, care poate fi folosită gratuit, utilizarea modulului ce prezintă istoricul de daune implică un tarif ce **se achită online**, și anume de **35 de lei.**

Pentru a putea accesa **istoricul de daune**, cei interesați trebuie să introducă seria de caroserie/șasiu plus o adresă de e-mail validă și, după plătesc cei 35 de lei, vor primi informații precum:

- zona în care au fost avarii, inclusiv poziționarea acestora pe un vehicul – machetă;
- intervalul valorii devizului de reparație;
- intervalul în care se încadrează numărul de kilometri înregistrat la data întocmirii devizului;
- dacă a fost o daună majoră din punct de vedere economic;
- dacă au fost afectate principalele elemente de siguranță sau din structura de rezistență.

Astfel, la utilizarea aplicației Istoric Vehicul, împreună cu informațiile oferite gratuit de RAR, se precizează şi faptul că pentru acel vehicul **există disponibil un istoric de daune**, care poate fi accesat contra cost.

Pentru accesarea facilă a istoricului de daune al unei mașini, RAR a publicat și un **ghid ce conține pașii** ce trebuie parcurși pentru aceasta:

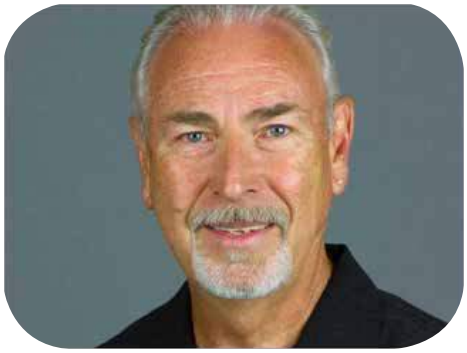
1. Se accesează site-ul www.rarom.ro și se selectează butonul „ISTORIC VEHICUL"
2. Se introduc o adresă de e-mail validă și numărul de identificare al vehiculului (VIN)
3. Se introduce codul de securitate primit prin e-mail şi se selectează butonul „VALIDEAZĂ"
4. Aplicația returnează mesajul „ATENȚIE: vehiculul este semnalizat cu daune", DOAR dacă a fost identificat un istoric de daune în bazele de date
5. Se selectează butonul „OBȚINE DETALII DAUNE" care deschide secțiunea de plată securizată
6. Se introduc datele cardului bancar (numărul și codul de securitate, numele deținătorului și data expirării) și se selectează butonul „PLĂTEȘTE ONLINE"
7. După procesarea plății, RAPORTUL DE DAUNE este expediat în format PDF la adresa de e-mail indicată.

* Istoricul vehiculului este în continuare disponibil GRATUIT (1 - 4).

** Plata este necesară exclusiv pentru obținerea RAPORTULUI DE DAUNE. (5 - 7)

-sfârșit-

(sursa: www.avocatnet.ro)



Prizonier în corpul sau

-ultima parte-

de Tom Hallman

Să clipesc... Am încercat...

Când era polițist, Richard fusese antrenat să facă față la situții dificile. Dar astăzi... Dacă nu va reuși să clipească din ochi? A încercat din răsputeri să aducă la viață polițistul din el, omul puternic ca o stâncă care a fost cândva. El știa să vorbească victimelor, celor care suferiseră pierderi enorme. Acum, Richard Marsh era victima.

Clipește din ochi!

Și dintr-o dată... o clipire atât de nesemnificativă, încât neurologul s-a îndoit că ar fi existat.

"Rich, mai clipește odată din ochi. Poți să mă auzi?"

Încă o clipire ... Și ei au înțeles.

În urma unor examinări mai profunde, s-a constat că Richard suferă de o anomalie congenitală la una dintre cele două artere care irigă creierul. Prima era bine dezvoltată, dar blocată. Cealaltă nu s-a dezvoltat niciodată, o deficiență din naștere nediagnosticată, care până la acea dată nu i-a cauzat nici un inconvenient.

Blocajul a afectat fluxul sanguin și a provocat un accident vascular cerebral. Trunchiul cerebral, care leagă creierul de coloana vertebrală, controlează aproape toate funcțiile corpului. Inima îi bătea fără probleme, însă Richard nu-și putea controla corpul.

Medicii i-au explicat în prezența Lilianei, că el suferea de un "sindrom de blocare": Era prizonier în propriul său corp.

Ei i-au pus întrebări și l-au rugat să răspundă prin clipirea ochilor: odată pentru da și de două ori pentru nu. A trebuit să depună eforturi supraomenești să poată clipi mai pronunțat.

Până la 70% dintre pacienții afectați de acest sindrom, mor într-o perioadă scurtă de timp. Dintre supraviețuitori, sunt foarte rari cei care se refac suficient de bine pentru a putea duce o viață normală.

Dar, înainte de a putea spera la o astfel de soartă, Richard trebuia să mai înfrunte alte noi terori.

A fost transferat de la secția de terapie intensivă la un spital, unde specialiștii vor face adaptările necesare pentru a-i aplica tratamentul necesar corpului său. Cum el nu putea înghiți a trebuit să i se facă o traheotomie – o incizie în trahee pentru a i se introduce o sondă, ca să poată respira și ca infirmierele să extragă saliva care i-ar putea înfunda plămânii.

Era oribil, dar ei știau că sunt acolo.

Pentru a-l ajuta pe Richard să comunice, Liliana a cumpărat un tablou pe care membrii familiei îl puteau ține în fața sa. Obiectul este dotat cu patru cadrane având fiecare mai multe linii cu cinci litere fiecare și un spațiu liber în centru pentru a scrie mesajul său în interior. Richard fixează tabloul și familia trebuia să urmeze privirea lui Richard spre cadranul dorit.

Acest colț? O clipire.

Prima linie? Două clipiri.

Această literă? Două clipiri.

Următoarea linie? O clipire.

Această literă? Două clipiri.

Astfel fiecare cuvânt este puțin câte puțin construit.

Zilele erau dificile, însă nopțile după ce familia pleca, erau un infern. Personalul nu utiliza tabloul și nu era tot timpul disponibil a răspunde la numeroasele nevoi pe care le avea. Prins în capcană, Richard era singur și speriat. Lichide i se acumulau în gât, se îneca și personalul nu era acolo să le aspire. Colegul său de cameră, pe care-l auzea respirând cu greutate, utiliza când avea nevoie butonul soneriei pentru a chema o infirmieră să-l ajute.

La sosirea familiei sale într-o dimineață, Richard privea cu insistență în direcția tabloului.

Cu greutate a reușit să le transmită mesajul:

Scoateți-mă de aici.

Câteva zile mai târziu, soția sa a reușit să-l transfere la un spital mai apropiat de locuința lor. Fizoterapeuții și ergoterapeuții au lucrat mai intens cu el, încercând să-i pună în mișcare corpul.

Zilele treceau. Nu era nici un semn de întoarcere la normal.

Apoi săptămâni. Era cea mai dificilă perioadă pe care am trăit-o în viața mea.

Și... într-o zi, s-a întâmplat. Richard a reușit să miște degetul mare de la piciorul stâng. Două săptămâni mai târziu a reușit să miște capul de la stânga la dreapta.Câteva zile mai târziu a reușit să miște puțin un picior. Câteva zile mai târziu a fost capabil să miște ambele picioare. Membrii famiei sale plângeau de bucurie și se îmbrățișau la fiecare nouă victorie.

La mai mult de două luni de la diagnostic, Richard a realizat un progres fenomenal, făcând un gest pe care nu credea că o să-l mai poată face vreodată în viața sa: a reușit să ridice o mână și să-și atingă nasul. Apoi a reînceput să meargă, ca un mare bebeluș, reușind să facă primii pași. El se balansa dintr-o parte în alta cu ajutorul aparatelor care-l ajutau să-și păstreze echilibrul, progresiv de la pat până la ușa camerei și apoi de la ușă la pat, permanent însoțit de un terapeut pentru a nu-l lăsa să cadă.

continuare în pag. 17

continuare din pag. 16

După patru luni și nouă zile de la accident, în tot acest timp trecând printr-un penibil și dureros proces de reînvățare, Richard a fost externat și s-a întors acasă pe picioarele sale. S-a așezat în fotoliul său și a exclamat: în sfârșit acasă!

Richard Marsh nu va mai fi niciodată ca înainte. A pierdut 23 kilograme de mușchi. Era slăbit când a ajuns acasă, în așa măsură că nu putea ridica o sticlă cu lapte. A trebuit să-și reconstruiască întreaga viață din punct de vedere fizic. Aceasta a durat un an, dar a reușit să revină la greutatea pe care o avea înainte și a reînceput să facă sport.

Emoțional, Richard nu se enervează și nici nu-și face probleme pentru lucrurile mărunte. El a devenit mai puțin autoritar. Desigur că a ieșit la pensie din învățământ pentru a se ocupa cu sarcinile din gospodărie, în timp ce Liliana continuă să lucreze. Important este faptul că găsește plăcut să ducă o viață mai simplă.

I-am oferit cartea Scafandrul și fluturele, memoriile lui Jean-Dominique Bauby, un jurnalist care a suferit un AVC și a rămas blocat în corpul său pentru tot restul vieții. Bauby a dictat povestirea sa asistentului editorului clipind din singurul său ochi valid, utilizând un alfabet, rearanjat în funcție de frecvența literelor utilizate. El a murit după două zile de la publicarea cărții. Richard a citit două capitole și apoi ne-a spus că nu a mai putut continua. Contrar a ceea ce i s-a întâmplat lui Jean-Dominique Bauby, el este bine și în viață.

Richard nu v-a uita niciodată deșteptarea sa la secția de terapie intensivă și lungul drum pe care l-a străbătut pentru a ieși din această închisoare. El a avut o a doua șansă, prețioasă... Și își amintește zilnic să profite de acest cadou.

-sfârșit-

Sursa : Selection.ca – 01/02-2019
Trimis de ***TRAIAN FLOREA*** *- Canada*

Spiritual Spiritual Spiritual Spiritual Spiritual

continuare din pag. 5

parabil cu gripa spaniolă, dar nu și cu bilanțul ciumei negre. Preocuparea cea mai mare nu va mai fi virusul actual, ci mutația virusului în ceva și mai periculos. Această posibilitate e ceva de urmărit îndeaproape, dar mie nu mi se pare un scenariu probabil (sunt deschis la corecturi din surse științifice, nu din speculații de pe internet). Dacă se iau lua măsuri ferme de protecție, care să împiedice supraviețuirea și răspândirea virusului, acesta tinde să descrească în potență odată cu trecerea timpului, nu să crească. Și probabil că din cauza lipsei de testare la scară largă, rata mortalității este în prezent sub 3%, dat fiind că mulți oameni infectați cu COVID-19 nu sunt conștienți de acest lucru. În Germania, o țară în care testarea a fost disponibilă la o scară mai largă decât în majoritatea locurilor, rata mortalității este în prezent undeva în jurul a 0,8%, adică aproximativ de șase ori mai mică decât rata la nivel mondial. În Coreea de Sud, care are un sistem de testare foarte bun, rata mortalității este în prezent undeva între 1,5-1,6%, adică aproximativ de trei ori mai mică decât rata la nivel mondial, în momentul publicării acestui material.

Principala mea preocupare în privința viitorului este legată de urmările economice ale izolării sociale pe parcursul atâtor luni (dacă aceasta se dovedește necesară). Scenariile cele mai pesimiste estimează că șomajul ar putea ajunge la 20% sau peste, în Statele Unite, dacă starea de urgență durează între 6 și 12 luni. Aceasta ar putea determina încă o Mare Depresiune. Date fiind deja panica și cumpărăturile făcute din panică, ordinea socială într-o lume Facebook postcreștină ar putea ușor să se ruineze, ajungându-se la revolte, jafuri și alte consecințe. Printre urmările probabile s-ar putea număra și sfârșitul educației superioare față către față așa acum o știam până acum, un declin pe termen lung al turismului și al călătoriilor internaționale, o scădere majoră în industria restaurantelor și a cumpărăturilor făcute fizic în magazine. Iar în acest climat general – o creștere serioasă a persecuției împotriva creștinilor.

Peste câțiva ani este foarte posibil ca reacția actuală globală la COVID-19 să fie percepută ca o exagerare. Dar, fiindcă nu vom putea ști niciodată cu siguranță dacă reacția de acum a fost sau nu exagerată (pentru că nu vom ști cum ar fi fost dacă nu reacționam așa), mă bucur că facem ceea ce facem în prezent, pentru orice eventualitate. Cât despre momentul în care vor avea loc evenimentele finale ale istoriei pământului, cuvintele lui Iisus rămân relevante: **„Vegheați dar, pentru că nu știți…”** (Matei 24:42).

-sfârșit-

SURSĂ: https://semneletimpului.ro/religie/teologie/biblie/ce-spune-biblia-despre-bolile-contagioase-cum-este-covid-19.html
Preluat cu permisiune
(Traducere din limba engleză de Delia Buciuman)

Prietenii din... albumul cu amintiri

-continuare-

GEORGE UBA - vicepreședinte
Asociația „Ridică-te și umblă"

"Mulțumesc totdeauna Dumnezeului meu
ori de câte ori îmi aduc aminte de tine
în rugăciunile mele..."
Filimon 1: 4

"Vă mai aduceți aminte de mine, domnule Uba?"

M-am uitat lung la el și parcă se înghesuiau imaginile trecutului pentru a descoperi persoana plină de zâmbet și de senin din fața mea.

"Ați fost o dată la penitenciarul Caragiale și, pe atunci, eu eram în detenție pentru o faptă infracțională. Am ieșit ca să capăt câte ceva de la voluntarii SUP care ne vizitau mere. Acolo, un caiet, un pix, o pastă de dinți, orice. Nu mă interesa vorbirea aceea religioasă, care nu mi se părea realistă. Le luam ca niște povești de adormit copiii. Dar atunci, când ați vorbit, parcă v-ați fi uitat doar la mine. Așa că am fost atent. Ați vorbit despre Petru când a mers pe ape, atunci când l-a chemat Isus. Și atunci când a strigat: "Doamne, scapă-mă" v-ați uitat la mine și mi-ați spus: "așa este și cu tine. Te-ai scufundat, pentru că te-ai mândrit în inima ta și ai crezut că poți să te descurci singur. Acum, dacă Îl accepți pe Cel ce stă lângă tine, care te iubește, strigă la El: "Doamne, scapă-mă!" Cuvintele acelea m-au urmărit mereu. Am cerut o Biblie și am mâncat-o zilnic. Cuvânt cu Cuvânt. M-am prins de mâna Lui și am ieșit din păcat.Când am ieșit, m-am botezat și am devenit creștin. Vă mai aduceți aminte, frate Uba!"

Suntem într-o perioadă de criză a prieteniei. Dușmanul vieții noastre, acest virus invizibil, care ne amenință de oriunde cu moartea, ne pune sârmă ghimpată între noi ca să nu ne mai vedem. Ce facem cu prietenii care ne-au fost în preajma noastră tonicul de viață și de inspirație? Vă spun eu, deși știți și voi: reînviați amintirile! Retrăiți clipele frumoase petrecute împreună. Rememorați întâmplările care v-au legat. Aduceți-vă aminte de unele expresii care v-au impresionat și scoteți-le la lumină. Să reînvie relația prin tot ce s-a depozitat frumos în ființele noastre. Dați share la ceea ce ați petrecut împreună în călătoriile voastre și în proiectele comune.

Obiceiul acesta îl are Mircea Bratosin, PR nostru, care scoate din cotloanele trecutului evenimente care aproape au rămas uitate. Dați un telefon celui căruia vrei să-i spui un lucru bun și să-i împrospătezi memoria cu ceva ce v-a legat cândva. Începe de astăzi experiența aceasta. Caută pe cineva căruia vrei să-i amintești de o acțiune comună. Scrie-i sau dă-i un apel. Vei ieși bucuros din acest proiect.

De exemplu, l-aș întreba pe Aurel, neobositul maratonist al revistei "Împreună", dacă își mai amintește cum l-am vizitat în anul 2009, la Peretu, acasă la el și i-am propus să facem o familie cu oameni ca el, legat de un cărucior, dar nelegat de speranță și dorința de a face un bine mare. Gândul acesta era de mult în mintea lui, înainte de a veni eu la el. Așa a pornit mișcarea "Ridică-te și umblă!"

Prieteniile se mențin, se dezvoltă, se reînviorează la simpla expresie: *"Îți mai aduci aminte?"*

-va urma-

Dat fiind termenul de trimitere a revistei la tipografie, scrisorile, sms-urile, e-mail-urile,... voastre trebuie să ajungă la mine până pe data de 28 a lunii de dinainte de luna de apariție a revistei. Nr. următor va fi în IULIE 2020!

Mulțumesc mult pentru înțelegere!

Doresc să corespondeze:

Andu

Mă numesc Andrei Andu. Am 25 de ani. Am probleme de sănătate: distrofie musculară christ creier. Caut o relație serioasă. 0761-730056

Vasile

Mă numesc Vasile, sunt din Botoșani, am 51 de ani, sunt nevăzător gr. 1 și doresc să cunosc o femeie de vârstă apropiată, indiferent de dizabilitate. Am condiții, poate locui la mine. 0757-189688.

Deaconescu Adrian Dorel

Mă numesc Deaconescu Adrian Dorel, am 59 ani (n. 12.12.1960), am gr. 2, neuropsihic și doresc să cunosc o doamnă, cu aceeași dizabilitate, gr. 2, neuropsihic, o bună creștină, fără obligații, în vârstă de 48-55 ani, pentru prietenie / căsătorie, din toată țara, dar în mod special din Hunedoara, Timiș, Gorj, Alba, Arad și împrejurimile acestor județe. Persoanele care mă contactează pentru căsătorie să fie de religie baptistă, creștină după evanghelie sau penticostală și vârsta 49-56 ani. Nu răspund la persoane neserioase, doresc o relație pusă pe temelia lui DUMNEZEU și pe seriozitate. 0774-042022.

Sorin Constantin

Sunt creștin ortodox, am 40 de ani, am un handicap de vedere și doresc să cunosc o femeie cu frică de Dumnezeu. 0763-626786

Iulian – Dâmbovița

25 ani, caut o fată cu un ușor handicap vizual, gr. 2 sau 3, să aibă școală, să fie harnică, cu vârsta până în 30-31 ani. Tel. 0764-468996.

Ion

Mă numesc Ion, am 42 ani și n-am fost însurat, fără obligații, am gr. 2, sunt o persoană sinceră, înălțimea 1,90 m, am 95 kg., păr șaten, ochi căprui, ortodox, vreau să cunosc o fată sinceră și serioasă, fără obligații, cu vârsta 38 - 43, pentru prietenie / căsătorie. Tel. 0770-718406.

Neluțu

Am 42 de ani, am gr. 2, ortodox și nu am fost însurat. Vreau o relație sinceră, să fie de vârstă apropiată. Poate să aibă și un copil dar să fie sinceră. Pot fi sunat la 0725-262314.

Anonimă

52 de ani, gr. 1, șatenă, ochi căprui cu nuanțe de verde, păr negru, 1,64 m, caut un băiat sufletist, de vârstă apropiată (mai mic cu 2 – 3 ani), gr. 2 sau 3, să locuiască în orice zonă a țării. Ofer și doresc seriozitate. 0760-420073. Nu răspund la apelurile cu număr ascuns. Rog a fi sunată între orele 13-22.

Dragotă Ionuț Cosmin

Tânăr, 34 ani, păr brunet, ochi albaștri, simpatic, 1,75 m, 60 kg. Nu am fost căsătorit niciodată. Aș dori să cunosc domnișoare (de vârstă apropiată) sau doamne divorțate (40-44-50 ani), pentru o relație serioasă, pentru prietenie / căsătorie. Să fie sinceră. Doresc să locuiască la mine (sunt din com. Cernișoara, jud. Vâlcea). Pot fi apelat la 0745-898368.

David Florin Dănuț

Salut! Mă numesc David Florin Dănuț sunt din Târgoviste și doresc să cunosc o fată pentru relație serioasă, pentru prietenie / căsătorie. Am 37 de ani. 0725-812706 și 0735-494233.

Alin

Mă numesc Giuvelea Alin, sunt din Pucioasa, jud. Dâmbovița, am 38 de ani, caut o fată credincioasă, adventistă sau de altă religie, să fie sinceră și să iubească Cuvântul lui Dumnezeu, să Îl vestim împreună. Să fie din Târgoviște sau județul Dâmbovița. 0734-762637.

Constantin

Mă numesc Bălan Constantin, sunt nevăzător, am 45 de ani, necăsătorit, doresc să cunosc o doamnă care să aibă locuință proprie, să nu aibă vicii, să mă accepte și să ne susținem reciproc, pentru căsătorie. Sunt creștin ortodox și doresc să fie tot creștin ortodoxă, indiferent că este pe stil vechi sau nou. 0762-929910

Podaru Vasile George

Mă numesc Podaru Vasile George, am 33 de ani, am un handicap ușor, pot să muncesc și doresc să cunosc o fată serioasă, cu un mic handicap fizic, de vârstă apropiată, de religie ortodoxă, pentru prietenie / căsătorie. Nu răspund la bip sau numere ascunse. 0769-866020.

Ilie

Bună! Mă numesc Ilie, sunt din Alexandria, am 35 ani, 70 kg, 1,65 m, brunet, creștin adventist, îmi place să mă plimb, să călătoresc, să gătesc, etc. Doresc să cunosc o fată pentru prietenie/căsătorie, cu vârsta cuprinsă între 25 și 40 ani, fără vicii și fără obligații. Tel. 0770-761304

Marian

Mă numesc Joițoiu Marian, am 32 de ani, am probleme de vedere și doresc să comunic cu fete serioase, de vârstă apropiată, pentru prietenie, eventual și căsătorie. Pot să mă sune și băieți, pentru o relație de amiciție. Tel. 0785-710466. Facebook: https://www.facebook.com/mariannelu.joitoiu

Zaharia Petruț

Mă numesc Zaharia Petruț, am 48 de ani și doresc să cunosc o fată pentru prietenie / căsătorie. 0755-871769.

Vlad

Numele meu este Miclea Vlad, am 28 ani, sunt un băiat simplu, cu bun simț și de încredere. Îmi doresc să găsesc o parteneră, cu gândul de a începe o viață nouă alaturi de ea. Nu am pretenții de nici un fel, doar că mi-aș dori să fie cât de cât apropiată de vârsta mea: 20-35 ani. Tel. 0732-432888.

Nota redacției: Responsabilitatea corectitudinii informațiilor din anunțuri, aparține în totalitate autorilor!

P.S. Pentru cei/cele care aleg să sune, rog ca limbajul și modul de exprimare să fie unul caracterizat de respect și bun simț. Îndemn să sune numai cei/cele care au gânduri și planuri serioase în ceea ce privește începerea unei relații. De asemenea, dacă persoana contactată refuză să mai continue, respectați-i dorința, nu o/îl sâcâiți, sunând continuu!!!

„Nu încercați
să duceți greul zilei de mâine
cu puterea primită azi!”

MULȚUMIRE

Îți mulțumesc Părinte că văd prezența Ta
În tot ce mă-nconjoară, eu văd amprenta Ta
Și-n tot ce se întâmplă eu știu că ești prezent
La tot ce ne lovește, Tu, Doamne ești atent

Și crucea e ușoară căci Tu ai dus-o întâi
Și când credința zboară Tu ești la căpătâi
Îți mulțumesc Isuse căci mult m-ai ocrotit
Și-n locul meu pe cruce, Tu, Doamne Te-ai jertfit!

Greșeala mea spurcată pe loc Tu ai iertat
Și inima-mi bolnavă mereu ai vindecat
De-am fost în deznădejde pe brațe m-ai purtat
Și-ai suferit cu mine, nu m-ai abandonat

Îți mulțumesc Părinte căci mult m-ai căutat
Și-n neagra rătăcire pe brațe m-ai purtat
Și-n a mea răzvrătire, Tu m-ai iubit la fel
Și ai murit pe cruce, în locul meu, ca miel

Isuse Bun, coroană de spini Tu ai purtat
Și bice pe spinare Tu multe ai luat
Îți mulțumesc, Isuse, și iar Îți mulțumesc
Îți mulțumesc, în imnuri eu astăzi Te slăvesc!

Emilia Dinescu
Argeș

„Poate că credința noastră
nu e mare,
dar Dumnezeul în care ne încredem
este mare.”

ÎMPREUNĂ